

APLV

	SEGUNDA 6/4/2026	TERÇA 7/4/2026	QUARTA 8/4/2026	QUINTA 9/4/2026	SEXTA 10/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal			
Desjejum 7:30H/8:00H				Suco integral de uva + Pão sem leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo sem leite + pipoca			843	Kcal	682	Kcal		
Almooço 10:30H/1:00H				<b>RECESSO</b>			CHO	132	9	CHO	84	9
Lanche 13:30H/14:00H							PTN	25	9	PTN	13	9
Jantar 15:30H/16:00H							LIP	20	9	LIP	9	9
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal	Ígurete de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alface	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Leite vegetal com morango + bolo sem leite	KCAL	874	Kcal	746	Kcal	
Almooço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango (sossami) grelhado, salada de acelga + melão	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Almondégas bovina ao sugo, salada de repolho + abacaxi	Leite vegetal com morango + biscoito doce integral sem leite + banana	CHO	132	9	CHO	110	9
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá + pão sem leite com requeijão vegano	Leite vegetal com morango + Bolo sem leite	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alface	Ígurete de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	PTN	26	9	PTN	21	9	
Jantar 15:30H/16:00H	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Batatas refogadas + Carne moída ao molho + salada de repolho com tomate + ponkan	Arroz, <b>FEIJÃO PRETO</b> , Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de alface + caqui	Poenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Sopa de frango + mandioca + abobrinha + beterraba	LIP	19	9	LIP	15	9	
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melancia	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com creme vegetal	Suco de maracujá + bolo sem leite + ponkan	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal	KCAL	856	Kcal	646	Kcal		
Almooço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango (sossami) ao molho, salada de alface + banana	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca assada + batatas refogadas + melão	CHO	135	9	CHO	99	9	
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com creme vegetal	Suco de maracujá + bolo sem leite + ponkan	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melancia	Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho sem leite	PTN	25	9	PTN	22	9	
Jantar 15:30H/16:00H	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Poenta com almeirão ao molho + salada de beterraba + banana	Batatas refogadas + Frango ao molho + salada de alface	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + <b>FEIJÃO CARIOCA</b> + salada de tomate + maçã	LIP	15	9	LIP	18	9	

ESCOLAS INTEGRAIS

ALUNO

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal e creme vegetal (utilizar em substituição da margarina e manteiga); Laticínios Veganos. Purê de batata substituir por batata refogada c/ creme vegetal.

Partida dos Sinos Alves Garcia  
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N° 1781

Lúcia Marcia Tolado Faria Vicente  
 Mãe Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N° 2321

Camille Consenso de Carvalho  
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N° 1102

Elaine Cristina Costa Rezida  
 Coordenadora Geral

Luiz de Souza  
 Coordenador Geral



CARDÁPIO ESCOLAS INTEGRAIS – CARDÁPIO ABRIL/2026



APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H						KCAL 821	KCAL 755
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO					KCAL 115	KCAL 103
Lanche 13:30H/14:00H							
Jantar 15:30H/16:00H						LIP 17	LIP 15
	SEGUNDA 27/04/2026	TERÇA 28/04/2026	QUARTA 29/04/2026	QUINTA 30/04/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão sem leite com requeijão vegano	Café com leite vegetal + bolo sem leite	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de morango + pão sem leite com manteiga	Suco de maracujá + Pão sem leite com ovo mexido, açafrão, cenoura ralada + bolo sem leite	KCAL 895	KCAL 896
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batata e brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pitão de carne + salada de beterraba + caqui		CHO 125	CHO 63
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Chá com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal	Suco de morango + pão sem leite com manteiga com requeijão vegano + mamão	Café com leite vegetal + bolo sem leite		PTN 24	PTN 12
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + caqui	Polenta com amêndoas ao molho + salada de beterraba	Arroz com cenoura + FEIJOÃO PRETO + Frango ao molho + abóbora refogada + melão		LIP 21	LIP 14

ESCOLAS INTEGRAIS

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
 Mãe Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camille Consolino de Carvalho  
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Laila de Aguiar  
 CRN 15564